

港まち・商いのまち・交通の要衝として発展してきた拠点都市

青森市

青森県の県都として行政・経済の中核を担い、高度な都市機能を有する青森市。八甲田連峰や陸奥湾などの美しい自然、りんごやホタテなどの豊富な食材に加え、青森ねぶた祭や三内丸山遺跡などに代表される文化や歴史の薫り高いまちでもあります。また、起業・創業など、「しごと創り」への支援も充実しています。

人口 278,964 人、世帯 136,457 世帯（R2.3.31 時点）
企画調整課
青森市中央 1-22-5 TEL 017-734-5168（直通）
メール：kikakuchousei@city.aomori.aomori.jp
HP：www.city.aomori.aomori.jp



- 新幹線によるアクセス
新青森駅より J R 奥羽本線で約 6 分、J R 青森駅下車後、車で約 6 分
- 飛行機によるアクセス
青森空港より連絡バスで約 30 分、柳町通り下車後、徒歩で約 3 分
- 自動車によるアクセス
東北自動車道・青森中央 IC より約 10 分



イチオシ支援 ≫ 妊娠期～子育て期をワンストップで支援！



企画調整課
右から齋藤康範さん
山本育夫さん

青森市では安心して子どもを産み育てることができるよう、青森市型ネウボラの拠点として「あおり親子はぐくみプラザ」を開設しています。全ての妊婦のかたに「あおり親子はぐくみプラン」を作成し包括的に支援するほか、助産師や管理栄養士など多職種の専門職による相談支援、プレイルームの設置や親子のきずなづくりを支援するなど、妊娠期から子育て期まで切れ目のない支援をワンストップで提供しています。

オススメ観光スポット



合浦公園
青森市を代表する公園で、春はお花見、夏は海水浴場として賑わう、砂浜のある海浜公園です。「日本の都市公園 100 選」にも選ばれています。



城ヶ倉大橋
上路橋アーチとしては日本一（全長 360m、アーチ支間長 255m）の城ヶ倉大橋。橋からは八甲田連峰や青森市街を望み、眼下 122m には城ヶ倉溪谷を見下ろすことができます。紅葉の時期は写真スポットとして多くの人々が訪れます。



浅虫
青森のいで湯、浅虫温泉は、昔からの温泉地として全国に知られています。四季を通じて情緒ある温泉の風情を感じ、海水浴やウインドサーフィン、ヨット、釣り、森林浴、湯治が楽しめ、磯料理や山海の珍味もおいしい湯の街です。



八甲田ロープウェイ
八甲田山田茂苑岳山頂では、岩木山・白神山地・津軽平野・陸奥湾はもちろん、遠くは北海道まで見渡せます。眼下には樹海が広がり、春はブナの新緑、秋はカエデやナナカマドの見事な紅葉、冬は樹氷の眺めを楽しむことができます。

主な行事・イベント



- ・青森春まつり（4 月下旬～5 月上旬）
- ・AOMORI 春フェスティバル（5 月上旬）
- ・浪岡りんご花まつり（5 月中旬）
- ・浅虫温泉花火大会（7 月の最終日曜日）
- ・青森ねぶた祭（8/2～7）
- ・浪岡北畠まつり（8 月中旬）
- ・雲谷高原コスモスまつり（9 月下旬）
- ・あおり灯りと紙のページェント（12 月上旬～2 月上旬）
- ・あおり雪灯りまつり（1 月下旬）
- ・青森冬まつり（2 月上旬）



オススメ
グルメ



煮干しラーメン

もともと青森のラーメンは蕎麦屋に登場したものだから。煮干し本来の旨みを引き出したあっさり煮干しラーメンは、朝からでもいける。



元祖のつけ丼

古川市場魚菜センター内で「丼ぶりご飯」を買ったあと、市内の各店舗でお刺身の切り身やお惣菜などを選び、オリジナルの丼ぶりが作れます。



貝焼き味噌

陸奥湾特産のホタテ、その貝殻を鍋代わりに、だし汁、ほたて、きのこ、ねぎなどの具材を味噌で煮込んで卵でとじた津軽を代表する郷土料理。

大好きなイルカとステージへ。 陸奥湾の魅力を伝えたい！

青森県営浅虫水族館 飼育展示部

イルカグループ トレーナー

Profile

藤田 えみさん
○千葉県船橋市出身



紹介動画は
こちらから



子供の頃から
イルカが
大好きでした！



移住のきっかけ

保育園の頃からイルカに夢中でした。小学校 3 年生のとき、家族で千葉県の鴨川シーワールドへ行き、イルカのショーを見てトレーナーになりたい！！と思い、それ以降水族館で働くことが将来の夢でした。

大学で海の資源について学んでいるとき、青森の陸奥湾が水産資源に恵まれ、野生のイルカが生息している珍しい地域であることを初めて知りました。そんな陸奥湾に面する浅虫水族館に魅力を感じ、青森市に移住を決めました。現在はイルカのトレーナーとして、イルカ 9 頭のお世話とステージでのパフォーマンス業務を行っています。



移住してよかったこと

大好きなイルカと毎日触れ合える水族館で働けたこと、そして野生のイルカとの距離も近い青森の海のそばで暮らせていることが、移住してよかったことです。

職場のある浅虫地区へは市街地の自宅から電車で通っています。自宅近くのスーパーには青森県産の新鮮な食材が低価格で



たくさん並んでいて、とても助かっています。出会う人みんな優しく、あたたかいです。青森は四季がはっきりしていて、夏は大きなお祭りがあり、冬はスキー場が近いのも魅力的です。

移住して苦労したこと

新卒で青森市へ移住し、初めての一人暮らしだったので生活していけるのか不安はたくさんありました。最初は方言が聞き取れなかったのですが、今は聞き取れるようになりました。雪がすごそう、と思っていましたが、実際積雪が多くて驚きました。今は慣れましたが。

これからの目標

浅虫水族館のジュニアクラブで、陸奥湾に来る野生のカマイルカのウォッチングを開催しています。一昨年の春に私もプライベートで船に乗り、イルカのウォッチングをしました。このジュニアクラブでの取組に自分も参加して、カマイルカを通して青森の水産資源の豊かさを子どもたちに伝えていきたいです。また、トレーナーの仕事を通して陸奥湾の魅力を多くのお客様に伝えていきたいと思っています。



移住を考えている方へのメッセージ

移住する前に、冬の青森に来て実際の冬を体験してみてください。想像以上に雪がすごかったので…。

人のあたたかさと自然に育まれる味！

ベーグル店 ポムミエル

Profile

清水 輝之さん
清水 亜希子さんご夫婦

○輝之さん
埼玉県川越市出身
○亜希子さん
青森県青森市浪岡出身



紹介動画は
こちらから



きっかけは青森の
人のあたたかさと
自然です！



移住のきっかけ

友人が青森に転職になったのをきっかけに、初めて青森県に遊びに来ました。その時に青森の方が暖かく迎えてくださり、食べ物もおいしいし、



スキーもできるし、たくさんの自然がある青森が気に入り、こういうところに住みたいなと移住を考え始めました。2016年11月から青森市浪岡地区の「地域おこし協力隊」として赴任し、浪岡地区の情報発信やPR業務を行いました。アパートと職場の中間にあったのが、亜希子さんがやっていたシュークリーム店でした。何度か通ううちに、亜希子さんが地域の方を紹介してつなげてくれることがありました。ある日、亜希子さんがお店をやめることを知り、別な仕事をするのはもったいない、協力するからもう一度お店をやってもらえないかと話をしたことがきっかけで、今では夫婦で一緒にパンを作っています。

移住してよかったこと

人が温かいところ。対面で販売しているので、「この間買って行っておいしかった〜！」と言ってくれと、作ってよかったなと率直に思います。リピーターの方や地域住民の方も結構多いです。自然が好きなので、ふとした瞬間外を見ると山が見えたりとか、近くに田んぼや畑があり、ちょっと行って作業させてもらったりもしています。郷土のお祭りを体験できるのも、すごく貴重で魅力のひとつです。



移住して苦労したこと

最初はアパートに住んでいたのですが、雪かきすることもなく、雪の楽しい部分だけを見られました。ただ、雪で道路が細くなったり、白線が見えなくなるのに最初は慣れず運転が怖かったです。今では運転も上手になりました。



これからの目標



子どもから大人まで楽しめるような、浪岡地区に人が集まるイベントの企画をしてみたいです。棒パンなど自分たちでできること、小さな規模から実現していけたらと思っています。お店としては今ほとんどの商品がベーグルですが、お客様からの要望や働く人たちの身体の負担を考えて、今後はよりパン屋さんに近いお店にしていきたいと考えています。りんごやカシス、パサラコーンなど、地域で獲れた食材を組み合わせ商品をつくることで、地域のいいものをお店から発信していきたいです。

移住を考えている方へのメッセージ

無理しない形で移住を考えて欲しいです。例えばマンスリーマンションなどに入って、短い期間でまずは青森を体験してみるとか。来て、地域の人たちとお話することで、合う人合わない人いると思います。まずは来て、体験してみてください。



恩人の想いを受け継ぎ、八甲田の厳しい環境で 最高の野菜づくり

中村農園 代表

Profile

平井 義隆さん
○岩手県宮古市出身



紹介動画は
こちらから



恩人の想いを
受け継いで、移住しようと
思いました



移住のきっかけ

スキーがしたくて、大学進学をきっかけに雪国青森市へ。大学3年のとき、八甲田で山岳ガイドをしている中村さんと知り合いました。中村さんは、今まで出会ったことのないタイプの方。天気を読み、その日の気候に合わせて農作業するような暮らしがとても面白く、自分も自然を肌で感じ、楽しみながら仕事する生き方がしたいと思いました。それまで農業に興味を持っていませんでしたが、中村さんと出会ったことで一変。大学卒業後も青森に残り、夏は農園を手伝い、冬は八甲田のスキー場でスキースクールのインストラクターとして働きました。その間、同じ宮古出身で青森に勤めている妻と結婚し、子どもも生まれて4人家族に。不慮の事故で亡くなった中村さんの想いを受け継ぎ、「中村農園」の名前で日々野菜に向かっています。



移住してよかったこと

ブナ林の美しさや、冬の雪のすごさ、春の芽吹きなど、四季で感じられる八甲田の自然を、また来年も見たいな、と毎年のように思います。すばらしい景色を毎日見られて、青森に住んでよかったなと思います。中村農園は青森市では一番高い場所（標高750m）にある農園です。寒さなどの気象条件によって、野菜が自分の身を守ろうとするので、ここで元気に育てば全部おいしいです。この土地で野菜が元気に育つためには、日照時間や風などの気象条件にあわせて工夫が必要になるので作りがいがある地域だなと思います。



移住して苦労したこと

本当は家族で農園のある沖揚平地区に住みたいのですが、現在は家族で市内に住み、子どもは市内の学校に通っています。畑までの通勤時間がかかるので、家族との時間が少ないです。もう少し子どもが大きくなったら、夫婦で農業ができればいいなと思っています。

これからの目標

中村さんから農園を受け継いで3年。もっと沖揚平地区がにぎやかになるように、拠点を作っていきたいと思っています。こういうところで働きたいと考える若い方がいれば、どんどん受け入れて一緒に仕事したいです。地元の農家さんはもちろん、沖揚平地区をよく知らない方もふらっと立ち寄れる場所をつくれたら、と思います。また、子どもたちに収穫体験や沖揚平地区での自然を感じてもらい機会を増やしたいです。



移住を考えている方へのメッセージ

どうせやるなら、おもいっきり自分の好きなことをやってほしいです。



人と自然が創りだす地域が躍進する町

平内町

青森県のほぼ中心に位置し、北方は陸奥湾に夏泊半島が突出し、美しい海と山に囲まれた自然豊かな町です。また、地域住民の交流も盛んであり、子育て環境の充実にも取り組んでいます。

人口 10,791 人、世帯 4,907 世帯 (R2.3.31 時点)
企画政策課 企画政策係
東津軽郡平内町大字小湊字小湊 63 TEL 017-718-1325 (直通)
メール: kikaku@town.hiranai.aomori.jp
HP: www.town.hiranai.aomori.jp



- 新幹線によるアクセス
新青森駅よりJR奥羽本線で約5分、JR青森駅乗換後、青い森鉄道で約30分、小湊駅で下車後、徒歩で約5分
- 飛行機によるアクセス
青森空港より車で約50分
- 自動車によるアクセス
東北自動車道・青森東ICより車で約20分

オススメ観光スポット



ひらないまるとグルメ館
令和2年6月にメニューを一新してリニューアルオープン。青森県平内町の名産「ホタテ」とことんこだわった創作メニューが味わえる全国的にも珍しいホタテ料理専門レストラン。



夜越山森林公園
ケビンハウスやオートキャンプ場などの宿泊設備、パークゴルフ場やスキー場、プールといったスポーツ施設に温泉も楽しめる町一番の観光・レジャースポット。

主な行事・イベント



- ・ひらない春まつり (5月)
- ・夜越山クロスカンツリー大会 (5月)
- ・ブルーロードウォーク夏泊 (7月)
- ・ひらない夏まつり (8月)
- ・はたての祭典 (9月)
- ・ひらない秋まつり (10月)
- ・ブルーロードライド (10月)
- ・白鳥まつり (2月)
- ・洋ランまつり (3月)



イチオシ支援》住居支援



企画政策課
佐々木壮人さん

平内町では、町民の方が新築住宅の建設や中古住宅の取得、賃貸住宅に入居した場合に補助金の交付を行っています。申請者が移住者であった場合には、優遇措置として補助金の限度額を高く設定し、新築住宅 100 万円、中古住宅 50 万円、賃貸住宅 36 万円を上限に補助金を交付しています。



夏泊半島・椿山
ツバキ自生北限地帯であり、日本の渚百選に認定されている美しい海岸。夏にはキャンプや海水浴で賑わっています。



浅所海岸
夏泊半島の東側付け根にある遠浅の海岸で古くから白鳥渡来地として知られ、小湊のハクチョウおよびその渡来地として特別天然記念物にも指定されています。



ほかき

香料、甘味料、着色料を使用せず、サクサクとした軽い食感と、素材が持つ美味しさを引き出したホタテ味の本格おかき (専用HPに記載 <https://hokaki.xyz/>)



平内ほたて活御膳

育成ホタテ水揚げ日本一の平内町ならではの、ホタテ尽くしおもてなし御膳。レストラン喫茶ボンネット、レストランシーグラース、仕出しま兵、ひらないまるとグルメ館の4店舗で提供。

平内町の面白さ・美しさを伝えたい！

平内町地域おこし協力隊 OG

Profile

渡辺 美雪さん
○青森県平内町出身
金沢→Uターン



紹介動画は
こちらから



平内町にはまだまだ
伝えきれない魅力が
沢山あります！



移住のきっかけ

震災をきっかけに、一人旅で日本海をめぐり金沢に立ち寄ったとき、伝統的なものづくりやしきたりと未来を見据えた芸術が同居するまちづくりに衝撃を受け、地元青森から金沢に移住。前職のデザイン業務の経験を活かしつつ、仕事の幅を広げられそうなweb・広告デザインの会社に4年ほど勤めました。親が青森にいたのでいずれ青森に帰りたと思っていました。能登でイベントを主催していた「地域おこし協力隊」の方とつながったことをきっかけに、協力隊



になった平内に住むことを考え始めました。平内町商工会青年部の武田さんは、金沢に移住する前からの知り合い。仲間を着実に増やし、椿山クラフトキャンプなどのイベントで町を盛り上げる様子をみて、平内でもできるんだ！仲間がいるんだと思えたことが、Uターンの決め手になりました。

移住してよかったこと

移住してみると、しめ縄を手作りする人や、炭を手づくりしている人、保存食、発酵食の作り方を知っている人、米づくりの達人など、いろんなことができる町の人と出会いました。平内町にはすばらしい暮らしの知恵がたくさんあり、そういう知識や経験を持つ人たちに会えたことが、移住してよかったと思える部分です。人との距離が近いこと、すぐ近くに詳しい人がいるというのは魅力的です。また、県内どこへでも車で1～2時間以内にアクセスできるのは平内ならではの良さです。

移住して苦労したこと

インターネットが遅い・つながりにくいのは困っています。例えばwifiスポットが夏泊にあったら、できることの幅がひろがりそうです。町でネットワークインフラの整備を整えてくれれば、リモートで仕事ができる移住者も増えそうだなと思っています。



これからの目標

協力隊を卒業しましたが、平内町の資源を活かした商品開発ができるような環境づくり、町の人が地域の魅力を見つけていけるような機運を高められるようお手伝いをしていきたいと思っています。さらに、地域の魅力を発掘して、町の人たちが持っている暮らしの知識や知恵を絶やさぬように、自分も学び続け、伝えていきたいです。



移住を考えている方へのメッセージ

どういうライフスタイルで過ごしたいか相談してくれれば、いろいろアドバイスできることがあると思います。平内町のよさは、住めば分かります！ぜひ、移住を考えてみてください。

一人前のホタテ漁師を目指して奮闘！

ホタテ漁師

Profile

川村 伎海 さん
○東京都出身



紹介動画は
こちらから



一人前のホタテ漁師に
なりたいです！



移住のきっかけ

飲食や接客、食に興味があり、高校卒業後は専門学校で飲食店業について学び、留学もしました。接客の仕事に就きましたが、平内町は母方の実家で、自分は東京育ちです。子どもの頃、夏になると青森へ来て祖父の漁の手伝いをしたことがあり、漁の仕事は大変そうだな、という印象がありました。

移住を決めたのは、転職を考えていたときの母からの「ホタテ漁師はどう？」という助言がきっかけです。最初は3年くらい漁師をやってみて、戻りたくなったらまた東京へ戻って就職すればいいかな、と思っていました。漁師という仕事は大変だけれどやりがいがあり、自分に合っていると感じていて、このまま漁師をずっとやろうかな、という気持ちです。現在は、叔父と祖父とともに船に乗り、ホタテ漁の手伝いをしています。

移住してよかったこと

食べ物がとにかく新鮮なので、何を食べても美味しいのが青森に来てよかったところです。また、意外と若い人が多いです。漁港に20～30歳くらいの同世代がいるのは心強く、出会えてよかったなと思える仲間です。若手漁師の仲間で忘年会をしたり、仕事終わりに遊びに行ったりしています。ホタテは1年かけてゆっくり育ちます。水温などの環境にデリケートで見守るのは大変ですが、成長が目に見えるのが面白いです。東京にいたときには、漁師とは逆転の生活でした。昼過ぎに起きて、夕方から仕事に行き、朝帰ってくるような生活。逆に漁師は、朝3時起きで漁に出て、昼頃には仕事が終わるので、陽の光を浴びる健康的な生活になりました。



移住して苦労したこと

実際に漁師の仕事をしてみると見えていなかった影の部分の仕事がたくさんあり、仕掛けの仕込みなど大変だなと思うこともあります。また、祖父の訛りが強くて何を言っているのか最初はわからないこともあり、苦労しました。今はだいぶ聞き取れるようになりましたよ。



これからの目標

祖父と叔父の助けになれるよう、てきぱき作業できるように頑張りたいです。いずれは仕事をすべて覚えて船を操縦し、一人前の漁師になりたいです。



移住を考えている方へのメッセージ

平内で一緒に漁師をやりたい！大変な仕事ですが、達成感もあるしやりがいもあります。試しにやってみて欲しいです！

家族・お客様の笑顔が一番！平内町のケーキ屋さん

Petit Bonheur

Profile

渡辺 悟 さん
○青森県平内町出身
仙台→Uターン



紹介動画は
こちらから



地元に自分の
お店を持ちたいと
思いました



移住のきっかけ

もともとは和菓子の料理人になりたくて、高校の調理科を卒業後宮城県のホテルで和食料理の担当として働きました。そのホテルでデザートにも触れる機会があり、製造過程が面白いスイーツに魅力を感じ、お菓子の世界へ。仙台の菓子店で見習いから12年間働きました。その間、結婚し子どもも生まれ、長男が小学校に入るタイミングでUターン。いずれは自分のお店を持ちたいと思っていたので、Uターンと同時に洋菓子店オープンの準備を開始。もともと喫茶店だったログハウス風の店舗で洋菓子店「プティ・ボヌール」をオープンしました。



移住してよかったこと

現在、妻と2人でお店を営しながら、中学生1人、小学生1人、保育園2人の4人の子育てもしています。平内町は保育園が多いので入りやすく、保育園からの入園のお声掛けもあり、とても助かりました。子育てがしやすい環境だと思います。子どもが保育園に通い始めてから、県外移住者で知り合いが居なかった妻にはママ友もできました。意外と県外出身のママが多く、意気投合できたようです。子ども同士も仲良く、家族ぐるみの付き合いができています。平内町商工会青年部の方々との出会いによって、同世代の人



たちが平内町を盛り上げようと活発に活動していることを知りました。商売をやっている方からのアドバイスやアイデアもとてもありがたく思っています。現在平内町のほたて広場にオリジナルのケーキを取扱いいただいています。地域の方とのつながりによって実現できたことです。

お店ではなるべく季節感が伝わる素材を使い、新作の商品開発をしています。この「これ使ってみて」と地元の方が収穫したものを持ってきてくださることもあり、ありがたいです。「ここ



のケーキをもらって食べたらずごく美味しかったので買いにきました！」とお客様が買いにきたり、地元の方にケーキで喜んでもらえたとき、やりがいを感じます。

これからの目標

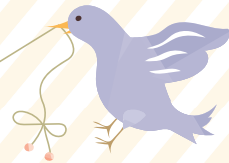
もっと町のみんなに来てもらえる、距離の近いケーキ屋さんになりたいです。また、長男がケーキ屋さんになりたいと言っているのを、家族に目標とされるお店にしていけたらと思います。



移住を考えている方へのメッセージ

平内町は街のみんながやさしく、住みやすくていいところですよ。ぜひ移住して、楽しんで生活してください。

「地域おこし協力隊」を知っていますか？



青森・東青地域には様々なきっかけや動機を持った方々が県外などから移住されています。

中でも、国の「地域おこし協力隊」の制度を活用し、これまでの仕事・学業のスキルや知識を活かし、地域の祭り・イベントの企画運営、交流の場づくり、地場産品の開発・販売・P R や農林水産業への従事など「地域協力活動」を行いながら、「地域の元気」のリード役として住民の皆さんと一緒に取り組んでいる方々がいらっしゃいます。

ここでは、着任したばかりの方を含め5人の「地域おこし協力隊」の皆さんをご紹介します。

市町村が「地域おこし協力隊」を募集している場合もありますのでご関心のある場合は、市町村に直接お問合せください。

地域おこし協力隊ご紹介（青森市・平内町・外ヶ浜町）

青森市地域おこし協力隊（浪岡地区）



黒竹 健司さん

年齢 / 37 歳
着任年月 / 平成 31 年 4 月
出身地 / 千葉市
前職 / 自動車整備士

Q 地域おこし協力隊に応募したきっかけは何ですか？

前々から地方での生活に憧れがあり、何度か移住相談会に参加させてもらったのですが、その際に担当の方から当制度を紹介されたのがきっかけでした。初めは「そんな制度もあるんだ」程度でしたが、現役協力隊員の SNS や協力隊制度の目的を見ているうちに「自分も地域に携わる仕事をしたい!」と思うようになり応募しました。

Q 普段はどんなことをしていますか？

主に地域イベントのお手伝いや情報発信業務を行っています。また、地元の飲食店の情報をまとめた「浪岡テイクアウト」や、細野相沢地区で運営している温泉「山の湯」などの web ページの運営・更新を行っています。他にはドローンの資格を活かして浪岡の名所を空撮した写真を SNS で発信したり、地元大学生と一緒に動画制作などを行っています。

Q 町の魅力をお知らせください。

浪岡城跡など歴史的な遺跡が多くあり、中世の里と呼ばれる浪岡ですが、私が推したいのは交通アクセスの良さです。青森空港が近く、地区内には東北道、津軽道、JR 奥羽本線が通っており、近隣市町村や観光地へのアクセスがとても楽です。地区内にも遺跡や出土品の展示施設があるので、外出先のレパトリーには困りません（笑）また、農業が盛んで、りんご・カシスを始めとした地元の旬な食材が安く購入できるのも魅力です。



青森市地域おこし協力隊（浅虫地区）



池田 啓子さん

年齢 / 49 歳
着任年月 / 令和 2 年 4 月
出身地 / 青森市
前職 / 移住コーディネーター

Q 地域おこし協力隊に応募したきっかけは何ですか？

首都圏で移住コーディネーターとして個別の相談対応や支援を行ってききましたが、相談を受ける中で、出身地の青森市は受入れ体制（仕事やコミュニティなど）が十分ではないと感じていました。移住コーディネーターの経験や長らく携わったクリエイター、広報宣伝の経験を活かし、受入れ体制づくりをしたいと考え、応募を決めました。

Q 普段はどんなことをしていますか？

移住コーディネーターの経験を活かし、電話とメールで移住相談に対応しています。なかには U ターンしたものの首都圏での生活が長く、地元で馴染めないといった移住した方からの相談を受けることもあります。最近では、青森に移住した相談者が、私に会いに浅虫に来てくれます。移住後、職場で活躍している報告を聞くのは本当に嬉しいです。

Q 町の魅力をお知らせください。

「浅虫へ海も山も温泉も」板画家 棟方志功が残したフレーズどおり。観光資源が豊富な浅虫は、幼いころ遊びに来ていたものの、行ったことがない、聞いたことのないところがたくさんあり、浅虫を深く知るのにはもう少し時間がかかりそうです。観光地なので、よそ者を受け入れてくれる文化・環境があるので、新しいことにチャレンジしたい人にはお勧めの地域です。



平内町地域おこし協力隊



小林 桜子さん

年齢 / 28 歳
着任年月 / 令和 2 年 4 月
出身地 / 横浜市
前職 / 事務職

Q 地域おこし協力隊に応募したきっかけは何ですか？

寺山修司が好きで、旅行で何度か青森県を訪れるうちに移住したいと思うようになったのがきっかけです。食べることにアウトドアが好きなので、海と山が身近に感じられる平内町の豊かな自然環境に惹かれました。また、まちなかオフィスでのイベント企画運営、特産品開発という業務内容に興味があり、応募しました。

Q 普段はどんなことをしていますか？

広報ひらないや SNS での情報発信、まちなかオフィスの運営管理を行っています。特にまちなかオフィスでは菜園を充実させていきたいと考えています。情報発信については、HP の制作などを行っていきたくと考えています。

Q 町の魅力をお知らせください。

海だけでなく山もあり、水や食べ物、特にホタテや魚がおいしいこと。釣り場が自転車で行ける距離にあること。かわいらしい野花在咲いていて、写真をとったり散歩したりするのにオススメの場所がたくさんあること。人が優しいこと。



外ヶ浜町地域おこし協力隊



石野 孝さん

年齢 / 59 歳
着任年月 / 令和 2 年 4 月
出身地 / むつ市
前職 / 放送作家、ライター、音楽関係のコーディネイト

Q 地域おこし協力隊に応募したきっかけは何ですか？

東京で仕事をしていましたが、青森市で暮らす両親が高齢となったため帰省する方法を数年間模索し、青森県内、できれば青森市近郊でできる仕事を探していました。その中で地域おこし協力隊の存在を知り、イベントで平内町の方たちに会い、「この人たちとならいっしょに仕事をしてみたいな」と感じて決心をしました。

Q 普段はどんなことをしていますか？

青森県出身ですが、それまで身近な存在ではなかった平内町について勉強中です。町の皆さんに会い、会話をし、その中で少しずつ津軽弁を取り戻し、自然や景色に触れ、その魅力をどう発信していくかを試行錯誤する毎日です。そして着任後にスタートした、オフィスでの菜園作りで体を動かすことを楽しんでます。

Q 町の魅力をお知らせください。

多くの人が羨むであろうものが、この町に揃っていることに驚きました。美しい海があり、草花や樹木、山菜が豊かな山があり、そのふたつがすぐ近くで両立している。島もある。水に恵まれ、ホタテも魚も抜群に美味しく、人がとっても優しい。温泉も、難関スキー場も、ゴルファー垂涎のゴルフ場もある。凄くないですか？



外ヶ浜町地域おこし協力隊



井上 陽菜子さん

年齢 / 24 歳
着任年月 / 令和 2 年 11 月
出身地 / 兵庫県香美町
前職 / 大学生

Q 地域おこし協力隊に応募したきっかけは何ですか？

埼玉県の大学在学中に外ヶ浜町の上小国地区で行われた田植え体験に参加し、地域の方々のあたたかさに触れたことが大きなきっかけです。高校時代から興味があった地域づくりを、大好きな外ヶ浜町で実践できることがとても嬉しいです。

Q 普段はどんなことをしていますか？

まだ着任したばかりですが、上小国を拠点に、地域のみなさんのお手伝いや情報発信を行っていく予定です。ゆくゆくは教育や農業を中心に地域の課題解決に繋がるような取り組みを企画してみたいです。そのためにはまずは、定期的に地域を巡回しながら外ヶ浜町の暮らしをじっくり知っていきたくと思っています。見かけたらぜひ気軽に声をかけてください！

Q 町の魅力をお知らせください。

とにかく地域の皆さんの活力が凄い！農業を基盤に食育や食品加工、大学生との交流など、常に試行錯誤しながらいきいきと実践している姿を見て、地域の底力を強く感じました。豊かな自然や雪景色、津軽弁もここならではの魅力です。外ヶ浜町の素敵なところを一人でも多くの人に知ってもらいたいです。



菊薫り、荒馬っコ踊る、青函トンネル入口の町



本州側青函トンネル入口の町、本州最北端の新幹線駅「奥津軽いまべつ駅」で知られる一方、半農半漁の町で津軽国定公園 婁月海岸を有する風光明媚で自然豊かな小さな田舎町です。

人口 2,557 人、世帯 1,412 世帯 (R2.3.31 時点)
企画財政課
東津軽郡今別町大字今別字今別 167 TEL 0174-35-3012 (直通)
メール: kikaku@town.imabetsu.lg.jp
HP: www.town.imabetsu.lg.jp



- 新幹線によるアクセス
奥津軽いまべつ駅より車で約 15 分
- 飛行機によるアクセス
青森空港より車で約 1 時間 30 分
- 自動車によるアクセス
東北自動車道: 青森 IC より車で約 1 時間 15 分

オススメ観光スポット



津軽国定公園 婁月海岸「高野崎」
雄大で美しい海岸美は津軽国定公園に指定されており、晴れた日には龍飛崎や下北半島、北海道を一望できます。夜には沖合いにイカ釣り船の漁火が浮かび上がり幻想的です。



海峡の家ほろづき
廃校になった中学校の校舎を宿泊施設として利用しており、自炊や体験学習、レクリエーションに最適です。炭酸カルシウム人工温泉など設備も充実しています。

▼▲▼▲ 主な行事・イベント ▼▲▼▲



- ・海峡いまべつ春まつり (4 月下旬)
- ・津軽海峡今別産ウニまつり (6 月下旬)
- ・荒馬まつり (8 月上旬)
- ・荒馬の里田園マラソン (9 月上旬)
- ・いまべつ秋まつり (9 月上旬)
- ・いまべつ冬のリヒト (1 月下旬)



イチオシ支援 ≫ 今別町おためし住宅



企画財政課
相内峻さん

令和 2 年度、町内にある旧小学校の教頭住宅を、移住を検討されている方のおためし住宅として改修します (10 月頃完成予定)。利用期間は 1 日～最大 1 ヶ月。「いきなり移住はハードルが高いな…」と考えている方は、ぜひ一度おためし住宅をご活用ください！詳しくは 30 ページをご覧ください。



青函トンネル入口広場
青函トンネル本州入口にある公園で、近くで新幹線が通過する様子は迫力満点！展望台も整備されているため新幹線撮影の絶好のスポットです。



荒馬の里資料館
旧大川平小学校体育館を利用して、大川平地区の太鼓、ネブタ、荒馬などが展示されています。



津軽半島今別サーモン
令和 2 年から本格販売されている「津軽半島今別サーモン」。津軽海峡今別沖にて養殖されたトラウトサーモンで脂乗りが抜群です。



いまべつ牛焼肉定食
今別町の特産である「いまべつ牛」を使用した「いまべつ牛焼肉定食」は、身が締まった肉質で歯ごたえがあり、嚼む度に旨みを感じられます。甘辛いたれとなっぶりの野菜でご飯が進む一品です。

「町のために！」移住を決意

若手実業家 (奥津軽いのしし牧場 代表)

Profile

依田 啓夢 さん
○山梨県出身



紹介動画はこちらから



町や町民の方のために
なれどと思
移住しました！



移住のきっかけ ……

大学進学を機に山梨から青森に来ました。大学 2 年のとき組織論というゼミに所属していて、グループワークで地域の課題解決に取り組むというものがありました。ちょうど翌年に北海道新幹線が開通し、今別に新しい駅「奥津軽いまべつ駅」ができるという年で、自分たちでなにか開業の PR を手伝えるのでは、という思いから今別町に着目。グループワークをきっかけに今別町へ足を運び、新幹線開業に向けて頑張る町の人たちとふれあう中で、人口が減少している今別町をなんとかしなきゃ、という気持ちになり、手遅れになる前に移住を決意。大学卒業と同時に今別町に移住しました。現在は、大学在学中からお世話になっている加工会社「婁月海宝」で海藻加工の手伝いをしているほか、「奥津軽いのしし牧場」の経営を引き継ぎ、管理しています。また今別町の商工会青年部長を務め、同年代の仲間です。

移住してよかったこと ……

今別町の人には「よくこんな田舎に来たね」と言われますが、何もないわけがありません。18 年間、海がない山梨県で生活してきたので、海を見るだけで癒されるし、自分にとっては新鮮でした。流れている時間がゆっくりで、ストレスフリーです。人の温かさや人との距離感に、今別ならではの魅力を感じています。移住したとき、山梨の家族からは「1 回きりの人生だから好きなことやってきなよ」と背中を押してもらいました。昨年家族が今別に遊びに来たとき、景色を見て「いいところだね」と言ってくれたのはうれしかったです。

移住して苦労したこと ……

最初は波の音や風の音、除雪の音に慣れるまでは気になって眠れなかったです。雪は青森市ほどではないですが大変です。また、人と人との距離が魅力でもあり、近い分いろいろなことありますが、助けられることのほうが多いです。(田舎のネットワークはすごいです)



これからの目標 ……

自宅の 1 階部分を改装してオープンスペースにし、シェアオフィスを作って若い人が集える場所を作ろうと計画中です。また、昨年今別町地域おこし協力隊の制度ができたこともあり、同世代で今別町を盛り上げていく仲間を増やしたいです。人手が足りないところになぎ役として紹介できたらと思っています。



移住を考えている方へのメッセージ

まずは一度来てみて、地元の人と友達になり、コミュニケーションを取ってみてください。五感で今別町がどんなところなのかを感じてほしいです。冬の厳しさを楽しめるかどうかが移住を楽しめる鍵だと思います。

地域ブランド「いまべつ牛」を有名に！

畜産農家

Profile

小鹿 隆世 さん
○青森県今別町出身



紹介動画は
こちらから



地元ブランドの
「いまべつ牛」が有名に
なってほしいです



畜産の仕事をはじめたきっかけ

父の代から始めたいまべつ牛の飼育の仕事で、小学校のときから手伝っていました。高校に通いながらもずっと手伝い続け、自然と畜産業をやろうと思うようになりました。

19歳のとき、青森県農協畜産共進会に自分が世話をした牛で出品し、グランドチャンピオンに選ばれました。県内各地の畜



産業者からの出品がある中で自分が育てた牛が選ばれたことで、仕事に自信を持つきっかけとなりました。

畜産業をしてよかったこと

放牧地と牛舎で、常時50～60頭の牛を見るのが仕事です。牛舎は2つあり、現在は父と自分の2人で2つの牛舎を見ています。牛舎では、子牛を産むための母牛の飼育を行っています。母牛は13頭ほど。なかには10年以上生きている母牛もいます。病気になっていないか、元気であるか、小屋の掃除やえさやりをしながら、毎日牛を見続けるのが仕事です。牛も人間と一緒にそれぞれ性格が違うので、牛の気持ちを考えながら接しています。また、放牧している牛のなかで、お産が近い牛は牛舎に移し、無事に出産できるように手助けをします。いまべつ牛を放牧で育てられるのは、人里はなれた山がすぐ近くにある環境があるからです。この環境で畜産ができてよかったと思います。一番のやりがいは、大事に育てて大きくなった牛が、いまべつ牛として出荷されるとき。出荷されるまでの約10ヶ月の努力が実を結ぶときでもあり、やりがいを感じられます。

畜産業で苦労したこと

牛のえさとなる牧草を育てるのが大変です。牧草の種を蒔いた畑に、春には肥料を蒔き、牧草が育つように整えます。夏・秋には育った牧草を刈り、乾燥させる作業を3～4日行います。牧草の収穫期には1年分の蓄えを準備しなければいけないので大変です。



これからの目標



いまべつ牛ブランドをもっとたくさんの方に知ってほしいです！



移住を考えている方へのメッセージ

今別でよかったと思うところは自然が豊かで、自然災害が起これにくいことです。そんな土地で育ったいまべつ牛をぜひ食べにきてください。

近いよ！東青！～通学編～

新幹線で
通学も便利で
あつという間！

Aくん 16歳

今別町内在住 青森西高校へ通学
部活動：野球部

新幹線の定期代は1か月5万円と高いけど、町が補助してくれるので、青森市内に下宿するよりも安くすみ両親も安心しています。



6:00	起床・身支度・朝食 朝食と身支度をして準備、教科書とか忘れないように	16:20	部活動 野球部に所属しているのでケガをしないように頑張らなきゃ
7:10	自宅出発 お母さんに駅まで送迎してもらう	18:00	休憩 スポーツドリンクでちょっとチャージ
7:20	奥津軽いまべつ駅着 乗り遅れないように急がなきゃ	20:00	部活動終了 とってもハード 後片付けして急がなきゃ
7:26	奥津軽いまべつ駅出発 北海道新幹線を利用して通学。授業の予習・復習を行う暇もないくらいあつという間に到着	20:20	青森西高校発 乗り遅れないようにダッシュ
7:41	新青森駅到着 駅から学校までは徒歩で15分くらい。急がなきゃ	20:42	新青森駅出発 結構空いていてゆったり
8:00	青森西高校へ到着	20:58	奥津軽いまべつ駅着 今日はお父さんがお迎え いつもありがとう
9:00	授業開始 今日も一日頑張るぞ	21:15	自宅着 夜食・入浴 授業の予習・復習もしっかりやらなくちゃ
12:00	昼食 お母さんが作ってくれたお弁当で元気いっぱい	23:00	就寝
13:00	午後の授業開始 美味しいごはんを食べたので眠らないように頑張るぞ		

